

Neu online

Beratungslehrgang

Schluss mit Diäten und Kontrollen



Viele Frauen sind im ständigen Kampf gegen Übergewicht.

Sie kennen sämtliche Diäten, haben bereits alles ausprobiert, um immer wieder zu erleben, dass die qualvollen Bemühungen nicht zum gewünschten Ergebnis führen. Die neueste Errungenschaft der vielgepriesenen Abnehmspritze hilft zwar, Kilos zu verlieren, gleichzeitig aber wissen alle, wer nicht mehr spritzt, nimmt wieder rasch zu.

Therapeutische Ansätze im Bereich Ernährung und Essverhalten sind noch immer geprägt von Kontrolle, Regeln, Verzicht und externen Vorgaben. Doch nachhaltige Veränderung entsteht nicht durch Disziplin – sondern durch tiefgründiges Verstehen und psychologischer Analysen der Hintergründe, wie z. B. Forderungen und Wünsche anderer zu erfüllen und sich dabei selbst zu vergessen. Gleichermassen geht es um das Erschliessen uralter transzendenter Wissensgebiete, die aufzeigen, wie seelisch geistiger Hunger, die Sehnsucht nach dem eigenen Lebenssinn irrtümlicherweise mit Hunger nach Kalorien verwechselt wird.

Die Begleitung von Betroffenen. Viele Personen kämpfen täglich mit ihrem Essverhalten, deshalb ist es wichtig, mit neuen Denkansätzen beratend behilflich zu sein, aus dem Teufelskreis von kurzfristiger Hoffnung und Absturz in Enttäuschung und Selbstvorwürfen herauszufinden.

Worum es geht	<ul style="list-style-type: none"> • Erforschen und Verstehen statt bewerten • Vertrauen in den eigenen Körper stärken • Den Krieg gegen den eigenen Körper beenden • Essverhalten ganzheitlich betrachten 			
Für wen ist der Lehrgang geeignet?	<ul style="list-style-type: none"> • Psychologische Beraterinnen und Coaches • Fachpersonen aus Ernährung, Gesundheit und Therapie • Menschen, die ihre Arbeit auf ein neues Fundament stellen möchten <p><i>Eigene Erfahrung mit Gewichtsproblemen von Vorteil</i></p>			
Themen	<ul style="list-style-type: none"> • Praxisnahe Methoden und Tools • Tiefergehendes Wissen über Essverhalten und Körperwahrnehmung • Alchemie der Ernährung, Transzendente Wissensbereiche • Supervision 			
Ziel	<ul style="list-style-type: none"> • Erweiterung des Beratungs-Repertoires • Professionelle Begleitung von Menschen mit Gewichtsproblemen • Beratende Begleitung in der Erforschung von Lebenssinn und -Aufgabe 			
Abschluss	Zertifikat			
Wann/ Wo Kursnr.: 0-555 Online: DO /MI /FR 18:00 – 21:00 Uhr Präsenzunterricht: und <i>hybrid</i> in Uster SA 9:30 – 16:30 Uhr	DO 27. Aug. 26	DO 26. Nov. 26	MI 03. Feb. 27	DO 01. April 27
	FR 11. Sept. 26	SA 12. Dez. 26 Uster	FR 19. Feb. 27	DO 15. April 27
	DO 29. Okt. 26	DO 07. Jan. 27	DO 04. März 27	DO 29. April 27
	DO 12. Nov. 26	MI 20. Jan. 27	MI 17. März 27	SA 22. Mai 27 Uster
	Fakultativ:	Psychologie-Vorlesungen: DO 18:00- 20:00 Uhr: 10. Sept. / 24. Sept. / 8. Okt. / SA 07. Nov. 26 online FSB-Tag 21. Jan. / 04. Feb. / 18. Feb. / SA 10. April 27 online FSB- Tag		
Leitung	Julia Onken, Verena Chollet			
Kosten	Dieser Kurs wird vom Bildungsfonds für Frauen mit CHF 500.- subventioniert! Kurskosten CHF 2600.- ./.. CHF 500.- Subvention Bildungsfonds für Frauen CHF 2100.- Zahlbar in 10 x CHF 225.- oder 1 x CHF 2100.-			